



A TODA VELA

FEBRERO 2015 AÑO 17 N° 55

20º ANIVERSARIO DE AVANTE 3

Nuestros esfuerzos se han visto premiados, al pensar en grande y tener clara nuestra meta. Ya llevamos 20 años de recorrido. No ha sido fácil, ha habido ilusiones y disgustos pero se han conseguido muchas cosas, se han llevado a cabo proyectos muy interesantes y seguimos trabajando en ellos.

Este es un logro de todos los socios, amigos, voluntarios y



trabajadores de Avante 3. Con el trabajo en equipo, se consiguen avances, y este ha sido nuestro caso. Todavía queda mucho por trabajo

por hacer, seguimos contando con vosotros, entre todos tenemos que seguir creciendo



Queremos compartir con vosotros alguno de los momentos más emocionantes de la jornada: la exposición de experiencias de varios participantes en nuestros proyectos. Aquí van dos como botón de muestra.

APOYOS PERSONALIZADOS:

Hola, me llamo María del Rosario, pero todos me llaman Chari. Tengo 40 años. Cuando nacimos convertimos en una familia numerosa: mis padres, mis hermanos y yo. Fuimos creciendo todos y siendo muy felices.

Mis hermanos mayores se casaron y nos quedamos en casa mis padres y yo. Mi padre murió joven y mi madre hizo de madre y padre a la vez.

En 2009 mi madre empieza a tener problemas de salud y yo empiezo los entrenamientos con Avante. En este momento necesito apoyo para casi todo. Voy al centro ocupacional en ruta, me acompañan al piso, me llevan a natación...

En 2010 mi madre empeora y mi hermana está enferma también, así que una cuidadora, que se llamaba Beatriz, viene a vivir con nosotras.



En 2011 mi madre tiene que irse a una residencia. Yo empiezo a pasar más tiempo en el piso de entrenamientos. Estoy 15 días allí y 15 en casa con Beatriz. Además comienzo con apoyos en casa. Una educadora de Avante, Diana, viene para enseñarme a ser más independiente. Empiezo a ir a mi centro sola, a coger el metro, a trabajar el dinero...

En 2012 muere mi madre. Los primeros días fueron difíciles. Empecé a quedarme sola en casa poquito a poco. Los fines de semana los pasaba con mi hermana. Entonces empezó a venir a casa a darme apoyo otra educadora de Avante, Irene, de lunes a viernes, 10 horas a la semana, y comienzo a tener más responsabilidades.

Por la mañana voy a mi taller: A.F.A.N.D.I.C.E. de 9:00 a 16.30. Allí hago manipulados, teatro, pintura... También estoy en un grupo de autogestores.

Dos días a la semana voy a baloncesto. En resto de días me voy directamente a casa después del taller para hacer algunas tareas antes de que llegue mi educadora: cambio las sábanas, pongo la lavadora, riego las plantas, limpio lo que me da tiempo...

Cuando llega la educadora hacemos más cosas: el menú semanal, la lista de la compra, practicamos con el dinero, vamos a comprar, plancho, trabajamos con el ordenador y el móvil, preparamos la cena...

Cuando se va la educadora preparo la ropa y las cosas del día siguiente, me ducho, ceno, hablo por teléfono con mi amiga y con mi hermana, recojo la cocina, miro si están apagados los fuegos, que la puerta esté cerrada y pongo el despertador. Si me queda tiempo, juego un rato con la tablet.

Ya hago compras pequeñas yo sola y manejo un poco mejor el dinero. También he mejorado en las tareas de casa, en decidir lo que me gusta y lo que no, ya no me enfado como antes y ya no tengo miedo a quedarme sola en casa. Sé que puedo contar con mi hermana siempre. Y además tengo una amiga, Cristina, con la paso los fines de semana. He aprendido mucho pero sigo para delante para ser cada día más independiente.



EN EL PISO DE ENTRENAMIENTOS

Soy **Cristina Soto Martín**. Tengo 37 años, con un grado de discapacidad de un 34 %. Trabajo en un Centro Especial de Empleo en APMIB ENVERA. En Colmenar Viejo. Trabajo en manipulados, por las mañanas y alguna vez que otra, por la tarde. Ahora voy a un curso de redes sociales, estoy aprendiendo a manejarme con internet.

Vivo en San Sebastián de los Reyes y desde hace dos años hago entrenamientos para la vida independiente en un piso de Avante 3.

Estoy en dos grupos: en el grupo amarillo y naranja. A los del grupo naranja, ya los conocía de antes. Al grupo amarillo les he conocido este año. Al estar en dos grupos, algunos meses paso dos fines de semana en el piso.

EL VIERNES Llego al piso a las 18:00 de la tarde. Cojo las sábanas de la habitación para hacer la cama. Después coloco mi ropa y mis cosas en los armarios. Luego elegimos el menú, del viernes, sábado y domingo. Después hacemos el control de gastos personales, de cada uno. Luego hacemos la lista de la compra para cenar el viernes.

Miramos qué plan de ocio queremos hacer para ese fin de semana. Me gusta mucho ir a la bolera. También me gusta el teatro pero es muy caro.

Nos vamos a la compra y colocamos la compra en su sitio. Luego hacemos el cuadrante de tareas.

Después nos cambiamos de ropa y nos ponemos el pijama. Vemos la televisión. Al que le toque, hace la cena. Y al que le toque fregar la cocina, lo hace.

Después de cenar y ver la televisión, cada uno se va a la cama cuando quiere.

EL SÁBADO: Por la mañana después de desayunar, hacemos las tareas de casa y nos vamos a la compra. Por la tarde, hacemos el plan de ocio. Algunos se van con sus amigos de fuera de Avante y otros lo hacemos juntos.

EL DOMINGO: Por la mañana, después de desayunar, hacemos la maleta. Y si nos da tiempo, nos vamos a tomar algo por el barrio. A veces, nos vamos a Carrascal.

Después de comer hacemos la evaluación. Opinamos sobre los monitores, sobre las tareas más fáciles y más difíciles, lo que se ha aprendido en el entrenamiento y si has tenido problemas o no, y qué queremos hacer de ocio para el próximo entrenamiento.

Recogemos las sábanas, las toallas y el piso...Y a las 17:00 me voy a mi casa.

La verdad, que en el Piso de Entrenamientos estoy muy contenta y aprendiendo a hacer muchas cosas que no sabía antes. Cocinar si sabía, pero ahora ya no tengo tanto miedo a la cocina, desde que me están enseñando los monitores.

He aprendido el tema del dinero, a distribuir mejor los gastos. Ahora sé qué me puedo comprar con el dinero que tengo. He aprendido a peinarme mejor, a hacer la cama.

Y a venir sola al piso de entrenamientos, desde San Sebastián de los Reyes.

PARA EL PRÓXIMO AÑO...Estaré en el nivel avanzado I. Todavía no me veo capacitada para independizarme de mi familia, pero más adelante me gustaría conocer chicas para vivir en un piso en San Sebastián de los Reyes.

I CONCURSO DE FOTOGRAFÍA AVANTE 3

El primer concurso de fotografía ha sido un éxito. Participaron 28 personas y se presentaron 40 fotos. Hubo participantes de diferentes asociaciones, que vinieron con mucha ilusión a recoger sus premios y sus diplomas. Todas las fotos tenían que presentarse con un lema común: "Yo quisiera".

Ha habido lemas muy creativos e ingeniosos.



Fotos Expuestas en la sede

El jurado formado por profesionales de la fotografía, eligió a los premiados por los siguientes motivos:

Primer Premio

Realizado por: M^a Dolores Moreno Rosillo

Por: Aunar su sentimiento de imaginación con una visión abstracta de las realidades subjetivas con un sentido poético admirable.



Segundo Premio

Realizado por: Mercedes Arjonilla González

Por: Plasmar de manera tan dramática y efectiva una realidad a la que nadie parece dar importancia. La libertad atada a uno de los sistemas más populares de comunicación que teóricamente servirían para mejorar la comunicación entre las personas y cuyo resultado a día de hoy es pura esclavitud.



Tercer Premio

Realizado por: Javier M^a Benavides

Por: la potencia de la imagen y el encuadre casi hipnotizante en el que los ojos de la gaviota en plano principal parecen adivinar los sentimientos humanos.



Ya podéis empezar a prepararos para el concurso del 2015!!!

¿Quién quiere ser hortelano?

Aquí está el nuevo proyecto de huerto con el que llevamos un tiempo soñando.

En realidad lo nuevo es nuestra incorporación a un proyecto que lleva ya unos años funcionando: un huerto comunitario en un terreno en Leganés Norte cedido por el Ayuntamiento de Leganés y trabajado por un grupo de vecinos y vecinas.



Justo antes de las vacaciones navideñas un grupo representativo de Avante 3 tuvo un primer contacto con el huerto y sus hortelanos, ¡gente extraordinaria y acogedora!

Nuestra impresión fue estupenda y ya estamos organizándonos para ir algún día a la



semana a trabajar allí con Mariano, un gran experto en la materia. Los domingos por la mañana es el día en que más vecinos van a participar y cualquier persona de la asociación, familiares y amigos estamos invitados a pasar por allí para aprender y echar una mano.

Desde el programa de Empleo se están haciendo gestiones para conseguir un curso de formación profesional en horticultura destinado a las personas de nuestro colectivo interesadas en aprender este oficio.

También estamos gestionando junto con el grupo de vecinos la ayuda del ayuntamiento para conseguir acondicionar el huerto con un vallado adecuado y la instalación de casetas para vestuario, servicio y para guardar las herramientas.

Este proyecto está abierto a todas y todos ¡¡ Animaos!!





Nos reunimos... y celebramos con alegría el 40 aniversario del Colegio.

Queríamos compartir este cumpleaños del Colegio para recordar aquel primer 3 de marzo de 1974 día en que se inició Estudio 3, en un local de la calle G. Sanjurjo de Madrid.

Nos reunimos para felicitarnos unos a otros por estos 40 años que han pasado y saborear, y compartir en un fiesta todo lo que hemos conseguido, con ilusión y trabajo.

Ahora disfrutamos de los sueños convertidos en realidad. El Colegio se ha hecho mayor ¡Enhorabuena!

Se celebró al final del curso. Asistió la comunidad educativa y nos sumamos los antiguos alumnos y profesores, para participar en un encuentro que resultó muy agradable. Aunque la mayor fiesta fue volver a vernos y estar reunidos.

Los antiguos alumnos convocaron encuentros a lo largo del curso. Ellos se han ocupado de recopilar fotos y de preparar un álbum digital, para repartir entre los compañeros, en el que se incluyen todos los grupos que han pasado por las aulas, desde los inicios hasta ahora.

El Centro escolar organizó un Concurso de dibujos entre el alumnado, cuyo tema fue el nombre del Colegio. Les contaron a los niños y niñas...

“Al inicio, cuando todavía estaban en la calle Mayor, asistían sólo tres niños y como venían a estudiar, ellos mismos propusieron el nombre de Estudio 3... y así se quedó.”

El dibujo más votado es el que está impreso en las camisetas de recordatorio de esta memorable onomástica. Se regalaron a los fundadores, en el sentido homenaje que se les brindó y también se vendieron en el evento.

Otras actividades se relacionaron con la creación de audiovisuales. Hemos grabado entrevistas a las antiguas directoras y psicólogos, secretaria y gobernanta.

Los fundadores Salud Brabo (primera directora) y César Gilolmo (primer psicólogo) nos contaron la historia de los inicios y las anécdotas de aquellos primeros tiempos, los demás entrevistad@s nos aportaron sus impresiones sobre las características de cada época, los momentos de cambio y el inicio de nuevos proyectos de crecimiento y expansión de la labor educativa..

El otro vídeo se hizo sobre el funcionamiento actual donde se ve a los alumnos en actividades pedagógicas, las aulas, recreos y comedores. También se recogen en él entrevistas a profesionales que explican la organización pedagógica actual y sus proyectos para el futuro.

INFORMACIONES ÚTILES

LEY DEL TERCER SECTOR

Esta ley se pone en marcha para conseguir que las personas y grupos que sufren condiciones de vulnerabilidad o que se encuentran en riesgo de exclusión social puedan ejercer sus derechos como ciudadanos en igualdad de condiciones.

La ley recoge medidas para la sostenibilidad y promoción de las entidades de Acción Social. Con la nueva norma se reconocerá que son entidades de interés general y tendrán mayores ventajas fiscales. Además, facilitará el acceso a las fuentes de financiación disponibles, y en esta línea impulsará la responsabilidad social empresarial.

El Tercer Sector en España está integrado por más de 29.000 organizaciones; 8 de cada 10 cuentan con personas voluntarias, lo que suma un total de 1.100.000 personas voluntarias; representa a casi 9 millones de personas; da empleo a cerca de 630.000 personas (3,5% del total del empleo en nuestro país) y representa el 1,7% del PIB. El número de personas a las que atiende el sector supera los cinco millones de personas.

ALQUILER DE VIVIENDA

FEAPS ha informado de una ayuda a personas con discapacidad que alquilen vivienda. Uno de los requisitos es que la persona que la alquila no puede ser familiar directo del propietario. Haciendo los cálculos la ayuda es de unos 50 euros al mes.

Algo es algo.

CONOCE CERCANÍAS

La Renfe tiene en marcha este programa que tiene como objetivo dar a conocer el sistema ferroviario y la cadena de viaje en Cercanías a las personas con discapacidad intelectual. Unos profesionales les guían y les muestran la ruta, lo que reduce sus miedos y les invita a realizar viajes con más seguridad. y de esta forma fomentan su autonomía personal.

TARJETA DE DISCAPACIDAD

Os recordamos que es muy útil que las personas con discapacidad tengáis a mano la tarjeta de discapacidad, pues tenéis rebaja en la entrada en algunos sitios, como en el Parque de Atracciones, el zoo y algunos cines...Y además tenéis derecho a entrada gratuita a los museos y a muchas exposiciones. La piscina, depende de cada Ayuntamiento pero te aconsejamos que preguntes en el tuyo. ¡ Llévala siempre en la cartera !

Talleres

Taller de cocina

Volvemos a poner en marcha el taller de cocina. Si quieres aprender a cocinar o estás cansado de repetir lo mismo y necesitas nuevas ideas, te invitamos a que vengas a nuestro taller de cocina. Los talleres tendrán lugar en la sede, tres miércoles al mes de 18:00 a 20:00 horas. Iremos a la compra, elaboraremos los menús, y cocinaremos.

Inscripción, llamar a la sede o enviar correo a ocio@avante3.org

Máximo de participantes: 4 Precio: 20€ al mes

Taller de Relajación y Expresión corporal

Retomamos este taller tan interesante en el que nos expresamos, bailamos, reímos, sentimos, y nos recargamos de energía. Este taller tiene lugar en el instituto José de Churriguera de Leganés, dos viernes al mes de 18.30 a 20.00 horas.

Inscripción, llamar a la sede o enviar correo a ocio@avante3.org

Precio: 10€ al mes

Taller de Música

Si tienes pasión por la música, y te gusta divertirse en grupo, te ofrecemos la posibilidad de participar en este taller dinámico, creativo e inclusivo. Tiene lugar en el colegio Lepanto de Leganés, dos sábados al mes, de 11:00 a 14:00 horas.

Inscripción, llamar a la sede o enviar correo a ocio@avante3.org

Precio: 10€ al mes

Taller de Actualidad “Jueves Culturales”

Para estar al día, conocer la actualidad cultural de nuestra comunidad y poder opinar de cuestiones interesantes. También para pasar todas las semanas un buen rato con un grupo super marchoso. Los jueves de 7 a 8 en el IES Juan de la Cierva de Madrid (Embajadores)

Taller de Manualidades

Mientras que hacemos una tarjeta de felicitación o una tarta de chuches hablamos con los amigos, cocinamos unas galletas en microondas y nos las comemos.- Lo hacemos los tres primeros martes de cada mes en la sede.

PRÓXIMOS EVENTOS

Asamblea de Socios

Tendrá lugar el 17 de Marzo, en el Centro Cívico José Saramago Avda. Mar Mediterráneo 24 de Leganés, a las 17:30 horas. Metrosur San Nicasio

Os animamos a venir, para que nos conozcamos todos los socios nuevos y antiguos, para que conozcáis todo lo que os puede ofrecer la asociación, y para poder expresar vuestras propuestas, demandas y opiniones.

También este año tenemos que elegir un nuevo vocal de la Junta Directiva. ¡¡ Animaos a presentar vuestra candidatura, es sólo una reunión al mes !!

CENA Y BAILE

Como todos los años tendremos la cena de familias en el restaurante “El Paso” de Leganés, ya sabéis que podéis acudir con familiares, amigos, etc.... y venid preparados para bailar después de la cena.

Para apuntarse llamar a la sede. Será el sábado 18 de abril. ¡ No te lo pierdas!

TEATRO



El domingo 8 de Marzo, la compañía de teatro **Santiago Rusiñol**, representará en el teatro del Círculo Catalán en Madrid, Plaza de España, 6 la obra: **“Melocotón en Almíbar”**.

Los beneficios obtenidos serán para la asociación.

Las entradas ya están a la venta en la sede.

Seguimos adelante con nuestros proyectos gracias a la colaboración de muchos de vosotros: socios, amigos y empresas. Hoy queremos expresar nuestro especial **agradecimiento** a:

British Ladies Association, por estar siempre apoyándonos año a año.

CISSET, S.L. por su colaboración con el empleo de personas con discapacidad, y en especial a su gerente Emiliano Fernández Marín por la actualización de nuestro sistema informático.

A **“Tarjetería Solidaria”** por su generosa colaboración, especial atención a Sueli Pinheiro y todo su equipo.

Labores Aderezo, en especial a su gerente Rosa M^a torres por la generosa donación de su trabajo.



HA FINANCIADO LA EDICIÓN DE ESTA GACETA



Asociación para la promoción de personas con discapacidad intelectual.
C/ Flora Tristán, 6 Portal 5 Bajo B. 28919 Leganés (Madrid)
Tel.: 91.686.86.06 = 628.626.430 Fax: 91.686.72.45
Correo E: conecta@avante3.org Web: www.avante3.org
Entidad declarada de utilidad pública y acreditada por la Fundación Lealtad.

Miembro de:

